

Date: 13.12.2014



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>

# MARIE-HÉLÈNE MIAUTON



La force  
du charme,  
le goût  
de l'action



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>

Texte : Fabien Dunand

Photos : Pierre-Michel Delessert

Le Léman a parfois des airs de Méditerranée. Par ce beau jour d'automne, Lavaux s'en félicite et nous avec. Un peu plus loin, sur le côté, la Riviera vaudoise inventée par les touristes anglais. De l'autre, en direction de Genève, une légère brume laisse imaginer le grand large. Marie-Hélène Miauton vit ici dans son élément – ne dit-elle pas « Mare nostrum » en parlant de la Grande Bleue ?

aux volets verts et blancs est un balcon ouvert sur le Sud.



La terrasse de sa demeure



Date: 13.12.2014



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>





Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>

La table de verre autour de laquelle nous sommes installés pour l'apéritif est un symbole. C'était le bureau de Marie-Hélène dans l'entreprise qu'elle a fondée en 1978, MIS Trend SA. Spécialisé dans les sondages, les études de marché et les recherches sociales, cet institut représente aujourd'hui une petite centaine d'emplois en équivalent plein temps. Une belle performance quand on est parti de rien.

En 2011, Marie-Hélène a remis sa PME à cinq de ses cadres, dont sa fille aînée, Gaëlle. Même si elle demeure présidente du conseil d'administration, Marie-Hélène Miauton peut désormais consacrer plus de temps à quelques-unes de ses passions, à la lecture, à l'écriture et à ses sept petits-enfants, bientôt huit. Mais ne vous imaginez surtout pas qu'elle est à la retraite. Car Marie-Hélène Miauton est un animal politique, une femme d'action, un leader d'opinion.

Aujourd'hui c'est aussi une maîtresse de maison, attentive au plaisir de ses hôtes. Sur la table ensoleillée, une tarte aux poivrons confits avec un peu de tomates et d'oignons, décorée de quelques olives et filets d'anchois. Ce délice est directement inspiré de la

*coca et de la tchoutchouka de son enfance marocaine. Dans les verres, un chasselas Les Echelettes 2013, vinifié par Jean-Daniel Porta, à Villlette, et médaille d'or cette année-là au grand prix du vin suisse.*

*Marie-Hélène ne vient pas du soleil pour rien. Elle aime une cuisine relativement épicée, surtout la cuisine que l'on pratique des deux côtés de la Méditerranée. « La cuisine du Maghreb, de la France, de l'Italie, de l'Espagne, là je suis chez moi. Mare nostrum ». C'est une cuisine de curiosité, pas de recettes. Elle s'en inspire mais elle essaie d'être inventive. Avec elle, on mange rarement exactement deux fois la même chose.*

Marie-Hélène Miauton est donc née au Maroc. En 1950. D'un père thurgovien, né à Alger, et d'une mère bretonne, elle-même née au Maroc. Un sacré cocktail de gènes. Mais n'anticipons pas.

La petite madeleine de Marie-Hélène, le souvenir culinaire de son enfance, c'est l'odeur du poivron grillé. Nous sommes à Guercif, localité du nord-

**Une femme d'action,  
un leader d'opinion.**

est du Maroc, où son ingénieur de père construisait des puits et des routes. Les maisonnettes en pisé des ouvriers arabes étaient au bout du jardin. A la tombée du jour, Marie-Hélène se glissait dans le village. Elle se dissimulait dans les jupes des femmes réunies autour des braseros (on dit « kanoun » au Maroc) installés au centre de la placette où se préparait le repas. « Je restais là dans l'odeur des poivrons grillés, qui faisaient quasiment partie de la nourriture quotidienne. Aujourd'hui encore, un repas chez moi sans poivron est assez rare ».

D'autres souvenirs se pressent. Des ambiances. Autour de la maison, il y avait un plaqueminier. Comment résister au plaisir de grimper dans l'arbre pour y manger les kakis ou de jouer avec les petits copains dans l'eau boueuse des « séguias »<sup>1</sup> ? « A l'époque je parlais raisonnablement l'arabe, en tout cas dans le domaine des jurons. Quand nous sortions de nos jeux, ma mère nous alignait tous, nous étions entre huit et douze, pour le rituel de la cuillère d'huile de foie de morue et des gouttes ophtalmiques contre les maladies des yeux (trachome) qui faisaient alors des ravages dans la région ». Marie-Hélène a d'ail-



Date: 13.12.2014



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>





Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>

leurs conservé une partie de ce rituel. Il ne se passe pas un jour sans qu'elle absorbe sa dose d'huile de foie de morue, sous la forme certes plus agréable de capsules.

## BONJOUR LES MYGALES

A huit ans, départ. La famille va s'installer en Guyane, où Marie-Hélène va vivre le reste de son enfance et son adolescence. Le changement de climat est plutôt marqué, au propre comme au figuré. Sans climatiseur, c'est peu dire qu'il faisait chaud, très chaud à la maison. Et en Guyane, la population tourne à l'époque autour de 30'000 habitants, l'équivalent de la ville d'Yverdon-les-Bains, pour une superficie égale à deux fois celle de la Suisse. Les Blancs, que les Noirs appelaient en patois « les blancs chaudés »

(les passés à la chaux), c'étaient d'abord et surtout les vieux bagnards.

Là-bas, son père a d'abord construit des routes, puis le nouvel aéroport de Rochambeau, à 17 kilomètre de Cayenne<sup>2</sup>. Le premier aérodrôme avait été construit par les Américains pendant la Deuxième Guerre mondiale comme escale pour leurs bombardiers à destination de l'Afrique. La piste pouvait encore accueillir les DC4, voire les Constellation, mais pas les avions à réaction. Il fallait donc l'agrandir.

Sur place, une petite vingtaine de maisons. Pour aller à l'école, Marie-Hélène se rendait à Cayenne en bus



**Nouveau dépôt:**

**Caffè Chicco d'Oro**  
Rue des Petits Champs 17  
1400 Yverdon-les-Bains  
Tél. 024 435 13 07  
www.chiccodoro.ch

tous les matins à six heures, revenait à midi, et repartait à 13 h 30 jusqu'au soir. Curieuse de tout, notre jeune aventurière n'a cependant pas tardé, à l'heure des loisirs, à partir à la découverte de la jungle environnante et de ses créatures. A pied ou à vélo quand l'état des pistes le permettaient, bonjour les papillons, les serpents, les insectes en tout genre, même les mygales qu'elle approchait seringue au formol en main. Marie-Hélène s'émerveille encore de la liberté que ses parents lui ont laissée, malgré les risques, dans ce domaine comme dans d'autres.

## CE VICE IMPUNI LA LECTURE

Marie-Hélène avait une sœur, de qua-

tre ans son aînée. Très différentes l'une de l'autre, elles n'avaient vraiment qu'un seul point commun: la lecture. L'aisance langagière de notre hôtesse trouve là ses racines. Rares sont en effet celles et ceux qui ont lu, adolescent ou pré-adolescent, même à l'époque, Salammbô de Gustave Flaubert ou La pitié dangereuse de Stefan Zweig. Il n'est jamais trop tôt pour se coltiner avec l'univers des mots et des choses.

Car la culture est aussi dans l'assiette. Quand elles se répandent, les civilisations sont toujours accompagnées, précédées même, par leur cuisine: les pizzerias avec les Italiens, les dim-sum et autres nems avec les Asiatiques, les kebabs avec les Orientaux.

Dans les années 60, on disait que rien ne poussait en Guyane, rien ou presque, entre le manioc et le goyavier. «Après le Maroc, où les marchés ne manquaient de rien, ma mère était désespérée. Mais plus tard, quand des Vietnamiens, des boat people, sont venus s'installer en Guyane, subitement, tout s'est mis à pousser comme par miracle.»

## SERAIS-JE ANTHROPOPHAGE ?

De la cuisine guyanaise, Marie-Hélène a conservé quelques bons souvenirs et une expérience qu'on pourrait qualifier de traumatisante, si le trauma faisait partie de sa psychologie. Pour les délices, retenez le boudin créole, hyper pimenté et un peu grillé, et le



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>

blaff, une soupe de poisson locale, faite avec des morceaux de poissons blancs marinés dans du citron vert, puis cuit dans un court-bouillon aromatisé. Ajoutez-y la queue de caïman et le pécaré, le petit cochon sauvage, ou encore le colombo, une sorte de ragoût épicé à base de légumes et de viande ou de poisson.

Pour l'expérience « cuisante », voyez-vous-même. Après avoir remonté le fleuve Maroni qui fait frontière avec le Surinam, la famille se trouvait en pleine brousse chez les indiens d'Amazonie. « Le soir, on dormait dans des hamacs. C'est la première fois de ma vie où j'ai cru être anthropophage. Un singe était au menu, j'ai d'abord cru que c'était un bébé ».

*Marie-Hélène Miauton mange de tout, oui, mais de tout ce qui est bon. « Si ce n'est pas bon ou mal préparé, je ne mange pas. La mauvaise cuisine a au moins le don de me faire perdre des kilos ». Nous n'en perdrons pas aujourd'hui. Nous sommes rentrés à l'intérieur pour passer à table. L'entrée de bolets saisis à la poêle est accompagnée d'un Cornalin 2010, élevé en fût de chêne par les frères Philippoz, à Leytron.*

Avec un père exigeant et une mère enseignante, pour qui l'école était tout, les filles Greminger, comme on les appelait, avaient intérêt à collectionner les bons résultats. « Quand j'étais deuxième, j'avais presque une claque ». Mais Marie-Hélène n'avait pas à forcer son talent. Brillante élève, elle ambitionnait de faire des études de médecine. Le père ne l'entendait pas de cette oreille. Sa femme travaillait et il voulait que ses filles aient un métier, mais pour lui, seule la carrière d'enseignante permettait à une femme de mener correctement de front une vie familiale et professionnelle.

Après le baccalauréat, Marie-Hélène s'inscrit donc en faculté... des lettres, à Dijon. Elle en a conservé un excellent souvenir – « l'enseignement était très intéressant » – seulement gâché en fin d'année par la crise de mai 1968. « Pour moi, c'était une crise d'enfants gâtés, je le pense encore aujourd'hui ».

#### L'ARRIVÉE EN SUISSE

L'année suivante, tout change une nouvelle fois. Marie-Hélène se

retrouve à Lausanne, en HEC. L'amour est passé par là. « Nous étions un jeune couple, nous avons envie de travailler ensemble, de créer une entreprise. HEC m'a paru la meilleure voie pour y parvenir ».

Quelle entreprise ? En travaillant comme étudiante pour l'institut de sondage lausannois Ermo – c'était encore le temps des cartes perforées – notre future patronne se voit confier l'analyse des résultats des études. Elle s'aperçoit vite qu'on peut affiner les questionnaires et les méthodes d'enquête pour améliorer la récolte des données et la qualité des études. C'est décidé. Avec son mari informaticien, elle va créer sa propre entreprise de sondage par entretien téléphonique. On connaît la suite.

Si l'affaire vous semble trop rondement menée, sachez quand même qu'adolescente, Marie-Hélène a été la plus jeune pilote d'avion de France. Les jours de congé, en Guyane, la « gamine » venait aussi s'asseoir près de la piste de l'aérodrome. Les engins locaux étaient des Dragon et des Sen-



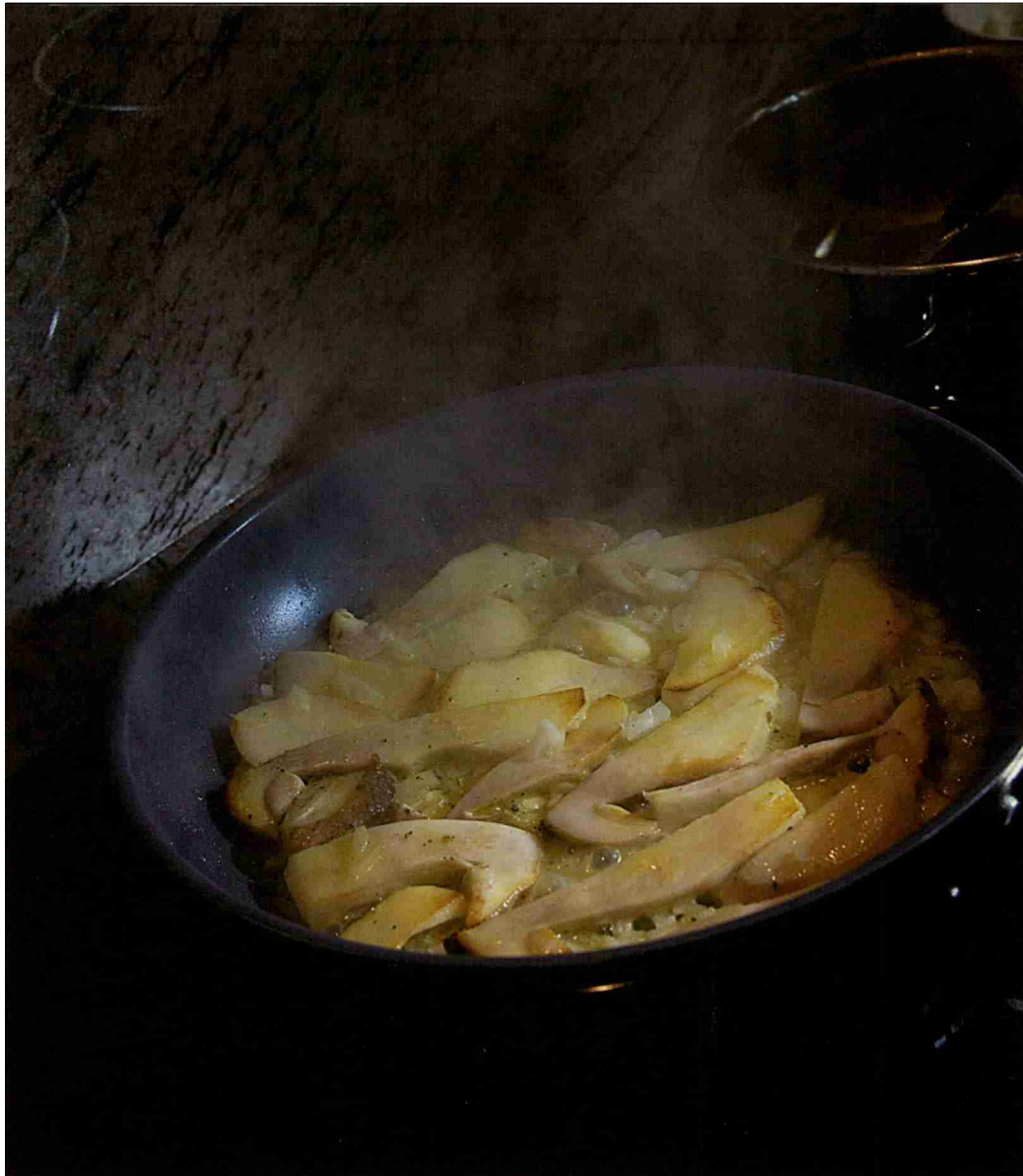
Date: 13.12.2014



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>





Date: 13.12.2014



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>





# LAPIN CONFIT À LA POLENTA

La recette de Marie-Hélène Miauton

## Marche à suivre

- Salez et poivrez un lapin débité en morceaux.
- Faites revenir les morceaux sur toutes leurs faces à feu moyen avec de l'huile d'olive.
- Préparez deux à trois gousses d'ail que vous couperez en quatre dans la longueur.
- Dénoyotez des olives vertes, préparez quelques amandes mondées et des raisins secs blonds.
- Prenez un plat à tajine ou, si vous n'en avez pas, un pot en grès. Placez-y les morceaux de lapin, les amandes, les olives, l'ail et recouvrez d'huile d'olive. Enfournez à 80 degrés durant trois heures.
- Avant de servir, égouttez vos morceaux dans un plat allant au four, parsemez avec la garniture, tenez au chaud jusqu'au service.
- Servir avec de la polenta en galettes recouvertes d'une réduction de sauce tomate et de copeaux de parmesan.



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>

tinel, « des trucs entoilés » datant de la Deuxième Guerre mondiale. « Un beau jour, un pilote m'a embarqué. Après, j'ai toujours eu le derrière dans les avions ». C'est ainsi qu'elle a passé son brevet de pilote le jour de ses 16 ans et reçu une bourse pour faire du vol acrobatique. Elle en profitera quelques mois, lors de sa première année d'études à Dijon. En se retrouvant en Suisse, après son mariage, elle s'est rendu compte que son hobby était extrêmement coûteux alors que le couple n'avait pas un kopeck. C'était aussi beaucoup plus compliqué qu'en Guyane. Cours de géographie, tas de réglementations, il fallait même faire un plan de vol, chose inconnue quand elle avait appris à voler au-dessus de la brousse. « J'ai trouvé cela bien casse-pied et j'ai arrêté l'aviation ».

*Marie-Hélène pratique une cuisine de dernière minute, mais préparée longtemps à l'avance, ne serait-ce qu'en pensée. Le lapin que nous dégustons maintenant a été confit toute la journée d'hier et apprêté au dernier moment, avec ses pavés de polenta surmontés d'un peu de parmesan râpé (voir la recette). Même si l'étincelle du plaisir s'allume à l'évocation d'une petite canette ou d'une escalope viennoise bien faite, la viande n'est pas pour elle un sujet passion. Elle lui préfère simplement les poissons et les fruits de mer. « Un rouget grillé, ce n'est plus manger, c'est autre chose... ».*

Ce n'est donc pas la chasse qui a conduit Marie-Hélène à pratiquer le tir sportif, mais une circonstance



Un repas  
sans poivron  
est assez rare.

amusante. Au début des années 80, Pipo, son mari aujourd'hui disparu, emmène la famille dans son fief, à Oleyres, près d'Avenches, à l'occasion de l'abbaye du lieu. A l'époque les femmes ne participent pas, elles regardent. Les hommes ne résistent pourtant pas au plaisir de permettre à ces dames de prendre la mesure de leur habile supériorité. Vous voulez essayer de tirer, Madame? Défi évidemment relevé. « J'ai obtenu des résultats qui auraient surpassé les rois du tir. Ce jour-là, j'ai compris que je savais faire le vide en moi pour me concentrer sur le tir, que je comprenais les arts martiaux. J'ai fait du tir ».

#### LE PRIVILÈGE DU SOIR

Dans la vie de notre hôtesse, le petit déjeuner est frugal. Puis plus rien ou presque jusqu'au soir. Le repas de midi? « Je préfère zapper et travailler ». Deux théières dans la journée lui suffisent pour faire le grand saut jusqu'au moment privilégié de la journée. Comme dirait le poète, sois sage,





Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>

mon appétit, tu réclamais le soir, il descend, le voici... Marie-Hélène aime la lumière du crépuscule et de la nuit. C'est une nocturne. Et puis le soir, c'est romantique, on boit du bordeaux...

Bordeaux, voilà bien un mot-clé. Avec Marie-Hélène, pas question de parler d'un plat préféré, même au pluriel. Ça n'existe pas. «Tout dépend du lieu et du moment. En montagne, ce peut être tout simplement une tranche de pain bis avec un morceau d'Etivaz!». Côté boissons pourtant, la réponse tranche sans hésitation: «Je bois du thé et du Bordeaux».

## LE CULTE DU BORDEAUX

Le thé, c'est son côté ascète, la boisson qui lui permet de rester zen et éveillée – elle ne supporte pas le café. Le Bordeaux et ses vins charpentés, c'est la facette plaisir, avec une préférence pour le cabernet, même si le Petrus est un merlot. Son goût pour le fromage, qui s'est développé depuis que Marie-Hélène vit en Suisse, s'explique sans doute aussi – on pourrait dire certainement – par sa prédilection pour les châteaux bordelais.

*Vous avez dit fromages? Les voici avec un Margaux Alter Ego 2004, du Château Palmer, élevé 18 mois en barriques. Moitié cabernet, moitié merlot. Il a le fruit frais, le tanin très fin. Laissez-vous embarquer pour l'Olympe.*

Pour notre hôtesse, aller au restaurant n'a guère de sens que si c'est meilleur qu'à la maison. Sauf à l'issue d'une journée épuisante où l'on a seulement envie de mettre les pieds sous la table, elle n'aime pas sortir pour aller manger quelque chose qui ne transcende pas le quotidien. Un nom lui vient alors parmi beaucoup d'autres chefs de Suisse romande: «J'adore Georges Wenger, au Noirmont, qui pratique une cuisine où le terroir jurassien et ses producteurs trouvent à s'épanouir. Il est doué, sympathique, il mouille sa chemise pour la formation dans sa profession. C'est devenu un ami chez qui j'aime aller me faire cocoler et apprécier une cuisine exceptionnelle».

Marie-Hélène Miauton cuisine tous les jours, sauf quand son compagnon se met lui-même aux fourneaux, assez souvent, deux fois par semaine plutôt qu'une. Jean-Pierre aime faire la cuisine, mais dans un tout autre registre – «ça nous change». C'est même lui qui assure l'intendance lorsque Marie-Hélène se plonge dans le travail, dans la rédaction d'un livre par exemple. Dans ces cas-là, notre auteure ne bouge plus. Pendant plusieurs semaines, l'ouvrage la tient de 8 h à 22 heures et la retiendrait davantage si une voix ne venait pas alors lui dire: «Tu ne penses pas que tu pourrais arrêter?»

## DES LIVRES PLAIDOYERS

A part quelques livres sur la peinture

et des écrits plus personnels, Marie-Hélène est surtout connue aujourd'hui pour son écriture engagée et ses livres plaidoyers. En 2013, «Criminalité en Suisse. La vérité en face», aux éditions Pierre-Marcel Favre. En 2012, «Banques suisses. Les raisons de lutter. Lettre ouverte au peuple suisse», chez Slatkine.

Ouvrez les yeux, ne soyez pas dupes, ne vous laissez pas endormir par le prêt-à-penser, le message reste, en plus approfondi bien sûr, dans la ligne de ses chroniques hebdomadaires dans le journal *Le Temps*. Plus de 630 chroniques depuis août 1999 pour dire ce que l'on pense de l'actualité et de ceux qui la font, tout en mettant inlassablement en pratique une règle dans l'analyse de l'évolution de notre société, presque une devise: «le pessimisme de l'intelligence et l'optimisme de la volonté».

Serait-ce le signe d'une vocation rentrée pour le journalisme? Quand elle était adolescente en Guyane, il n'y avait pas de journaux, pas de télévision. Impossible de se représenter la profession. Ce n'est que plus tard, en fréquentant médias et journalistes, qu'elle a compris que c'était aussi un métier de curiosité, comme le sien. «Alors oui, j'aurais pu être journaliste mais je n'ai pas regrets. J'en aurais si je n'avais pas aimé mon métier».

## LOIN DE L'IMAGE

Volontaire, courageuse, efficace, tout



Plaisirs  
2072 Saint-Blaise  
032/ 841 72 51  
www.plaisirmagazine.ch

Genre de média: Médias imprimés  
Type de média: Presse spécialisée  
Tirage: 25'000  
Parution: 5x/année

N° de thème: 844.003  
N° d'abonnement: 844003  
Page: 12  
Surface: 372'373 mm<sup>2</sup>

le monde le reconnaît. Marie-Hélène doit une partie de cette efficacité à son charme naturel. Comme si elle se levait chaque jour pour que les gens retiennent quelque chose de sa rencontre avec elle. «Je suis une fausse intellectuelle, dit-elle, je suis une vraie manuelle». Elle veut dire qu'elle sait s'adapter et qu'elle saurait le faire sur une île déserte tandis que les intellectuels, les vrais, sont empêtrés dans la réalité quotidienne comme des albatros sur le pont d'un bateau. En deux mots, comme on lui prête sans discuter de l'intelligence, elle trouve qu'elle a l'intelligence de l'action plutôt que celle du concept.

Dans nos échanges, la richesse et la précision du vocabulaire de notre hôte côtoie la gouaille la plus spontanée. Alors chaleureuse, Marie-Hélène Miauton, et même un peu fantasque, contrairement à l'image que beaucoup s'en font? Et bonne vivante? Un grand sourire accompagne la réponse: «J'aime bien manger, j'aime bien rire, j'aime les grivoiseries, alors oui la totale!»

(FD)



<sup>1</sup> La séguia est un canal d'irrigation qui permet d'amener l'eau prise dans l'oued vers les parcelles à irriguer.

<sup>2</sup> Les Américains l'avaient baptisé Rochambeau en l'honneur de Jean-Baptiste Donatien de Vimeur de Rochambeau, commandant des troupes françaises qui participèrent à la guerre d'indépendance des Etats-Unis. Il a changé de nom en 2012 pour devenir l'aéroport Félix Eboué.